Київський національний університет театру, кіно і телебачення
імені І. К. Карпенка-Карого

Факультет театрального мистецтва

Кафедра **мистецтва театру ляльок**
(назва кафедри)

«ЗАТВЕРДЖУЮ»
Проректор з науково-педагогічної та
творчої роботи
_____ Інга Чхатарашвілі-Петраш
« 08 » 09 2025 рік

РОБОЧА ПРОГРАМА НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

ТРЕНІНГ З ФІЗИЧНОГО ТЕАТРУ
(назва навчальної дисципліни)

рівень вищої освіти — Другий (магістерський)
спеціальність — В 6 Перформативні мистецтва
(шифр і назва спеціальності)
спеціалізація — В 6. 01 Сценічне мистецтво
(шифр і назва спеціальності)
освітня програма — Мистецтво театру ляльок
(назва освітньої програми)

Київ – 2025

Розробники: Неупокоєв Руслан - професор, заслужений діяч мистецтв України, професор кафедри мистецтва театру ляльок

Викладачі: Неупокоєв Руслан - професор, заслужений діяч мистецтв України, професор кафедри мистецтва театру ляльок

РПНД розглянуто і затверджено на засіданні

Кафедри мистецтва театру ляльок, факультету театрального факультету
(назва кафедри, факультету / інституту)

Протокол від 05.09.2025 № 12

Завідувач кафедри _____ Тетяна Сільченко
(підпис)

РПНД погоджено з гарантом освітньої-творчої програми

Доцент,
народний артист України _____ Леонід Попов
(підпис)

05.09.2025 № 12

Пролонговано:
на 20__/20___н.р..
Завідувач кафедри _____(_____). протокол від ___.___.20__ №___
(підпис) (ПІ)
на 20__/20___н.р..
Завідувач кафедри _____(_____). протокол від ___.___.20__ №___
(підпис) (ПІ)
на 20__/20___н.р..
Завідувач кафедри _____(_____). протокол від ___.___.20__ №___
(підпис) (ПІ)
на 20__/20___н.р..
Завідувач кафедри _____(_____). протокол від ___.___.20__ №___
(підпис) (ПІ)

1. Опис навчальної дисципліни

Найменування показників	Форма навчання
Характеристика навчальної дисципліни	*Вибіркова*
Курс	**2**
Семестр	**3**
Кількість кредитів	6
Загальний обсяг годин	180
Розподіл годин за видами аудиторних занять та самостійної роботи	Практичні
	48
	Самостійна робота
	132
Вид підсумкового контролю	залік

2. Мета та завдання навчальної дисципліни

Метою навчальної дисципліни «Тренінг з фізичного театру» є формування у студентів знань та практичних навичок, необхідних для розвитку тілесної виразності, сценічної присутності та освоєння методів фізичного театру як засобу створення образу і організації сценічної дії.

Завдання:

У результаті вивчення навчальної дисципліни студент повинен

знати:

- основні концепції та методологічні підходи фізичного театру;
- принципи роботи з тілом у сценічному просторі: центр, баланс, ритм, динаміка, темпо-ритм;
- закономірності взаємодії тілесності, простору та глядача;
- особливості використання фізичної дії як основи для створення сценічного образу.

вміти:

- застосовувати техніки фізичного тренінгу для розвитку пластичної виразності та акторської присутності;
- створювати сценічний образ за допомогою тілесної дії без опори на вербальний текст;
- імпровізувати у фізичному просторі, використовуючи принципи ансамблевої взаємодії;
- поєднувати тілесно-афективні та семіотичні засоби для побудови цілісної сценічної події.

Передумови для вивчення:

базові з акторської майстерності, сценічного руху та історії театру на рівні бакалавра.

Очікувані результати навчання (ПРН) за дисципліною:

ПР02. Мати теоретичні та практичні знання у сфері мистецтва театру ляльок, розуміти та використовувати його специфічні особливості.

ПР06. Виявляти здатність до генерування нових ідей.

ПР07. Вміти виявляти, ставити та вирішувати проблеми, аналізувати проблемні ситуацій й приймати обґрунтовані рішення для їх розв'язання.
ПР09. Володіти виконавськими вміннями й навичками професії, елементами внутрішньої і зовнішньої техніки виконавця (актора, режисера, сценографа) в театрі ляльок.
ПР10. Оперувати специфічною системою виражальних засобів (пластично-зображальними, звуковими, акторсько-виконавськими , композиційно-просторовими, сценарно-драматургічними, режисерсько-постановчими) у самостійному створенні та виробництві сценічного твору.
ПР11. Обирати художні засоби, необхідні для відтворення креативного задуму під час реалізації сценічного твору (проекту).

3. Структура навчальної дисципліни

Назви тем	Розподіл годин між видами робіт		
	денна форма		
	усього	у тому числі	
		практичні	сам. робота
1	2	5	8
2 курс / 3 семестр:			
Тема 1. Основи фізичного театру та пластичної виразності	45	12	33
Тема 2. Колективна пластика і семіотика взаємодії	45	12	33
Тема 3. Робота над колективним етюдом і сценічною композицією	45	12	33
Тема 4. Пластичний образ і засоби невербальної комунікації у фізичному театрі	45	12	33
Разом	180	48	132
УСЬОГО	**180**	**48**	**132**

4. Програма навчальної дисципліни

Тема 1. Основи фізичного театру та пластичної виразності

Основні поняття/ключові слова: фізичний театр, пластика, тіло, тілесна свідомість, статична ситуація, символ, форма, заморожений образ, тригер, трансформація, тілесна метаморфоза, тілесний діалог, робота з предметом, сценічний трюк, семіотика руху, простір, час, сенс.

Рекомендована література:

основна: 1, 2, 4, 5, 6, 10, 11, 12, 14, 16, 17, 18

додаткова: 3, 7, 8, 13, 15

1. 1. Фізичний театр як поле пошуку

Знайомство з ключовими постатями й традиціями фізичного театру (Étienne Decroux – «корпореальна міміка», Jacques Lecoq – педагогіка руху, Peter Brook – «порожній простір», Eugenio Barba – антропологія театру). Відмінність від пантоміми (ілюзія дії) та драматичного театру (слово як основа). Зв'язок із комедією дель арте, народним майданним театром, театром ляльок. Основні поняття: «ситуація» (онтологічна режисерська категорія), «об'єкт» (продовження тіла), «тілесність» (первинна форма вираження). «База координат» курсу: простір, час, тіло, сенс. Історичні етапи: від ритуалу й ярмаркового театру до лабораторій XX ст.

1. 2. Пластика як основа

Освоєння тілесної свідомості через розігрів (сканування тіла, хвиля хребта, подих і рух), вправи на ізоляції (голова – «так/ні/можливо», плечі – оберти й асиметрія, таз – перекати й вісімки, комбінації сегментів), а також створення першої статичної «ситуації»-образу в просторі («замороженний образ» із вибором центру). У фіналі кожен студент презентує статичну позу, яку група «читає» як символ, що закладає основу для подальшої роботи з поняттям «ситуації».

1. 3. Символ і форма

Пластична форма як семіотична система: тіло у просторі не лише зображає, а й означає, створюючи знакову структуру. Від статичного образу як «замороженого знака» до символу, що відкриває рівень сенсу. Аналізуються приклади Адольфа Аппіа (сценографія як «просторова партитура»), Етьєна Декру (корпус як граматика мімі), Єжи Ґротовського (тіло як знак у «бідному театрі»). Паралелі з образотворчим мистецтвом: символіка пози в іконі, жест у класичному живописі, тілесність у модернізмі як семіотична структура. Символ розглядається як «двері у сенс», що поєднує театральний досвід із ширшим візуально-культурним контекстом.

1. 4. Статичні ситуації

Студенти працюють із принципом «замороженого моменту», де поза, простір і внутрішній стан утворюють символічну ситуацію: вправи «стоп-кадр» (миттєве завмирання на сигнал і читання образів), «символічна поза» (створення статичних форм для понять на кшталт «очікування» чи «ізоляція»), «простір і вага» (дослідження напрямків вгору, вниз, уперед як векторів сенсу), «оцінка і пауза» (погляд–оцінка–затримка–рішення у взаємодії з партнером) та індивідуальні етюди, де кожен створює власну «заморожену» картину для прочитання групою; очікуваний результат – здатність утримувати форму, бачити її знаковість і розпізнавати символіку чужих тілесних образів.

1. 5. Динаміка ситуації: триґер

Триґер як момент народження події в межах статичної ситуації: жест, звук, погляд чи предмет, що змінює рівновагу форми й відкриває потенціал драми. Поняття «поштовхової запропонованої обставини» в класичній режисурі та акторській практиці: будь-який триґер ставить виконавця в нові умови, на які він реагує через механізм «дивлюсь – оцінюю – вирішую – дію». Триґер не лише як театральна техніка, але й як філософська категорія зміни – у ситуації він є «зерном», що містить у собі трансформацію, тобто ситуація може бути «вагітна триґером». Через це вводяться уявлення про подію в розумінні Ж. Дельоза (подія як зсув у площині можливого) та А. Бадью (подія як поява нового, що змінює порядок ситуації). У структурі фізичного театру триґер – не просто імпульс, а точка входу в петлю подієвої мережі, де кожна дія стає потенціалом наступної. Студенти працюють із тілесним імпульсом як точкою початку зміни форми: вправи включають розігрів через локальні імпульси (рука, плече, таз), перехід від статичної пози до руху через маленький триґер (жест, погляд, звук, предмет) та індивідуальні етюди за схемою «ситуація – триґер – трансформація», де кожен учасник спостерігає, оцінює і реагує на триґер іншого; очікуваний результат – розвиток відчуття тілесного імпульсу та здатності переводити статичну форму у динамічну дію.

1. 6. Трансформація як символ

Трансформація як процес, у якому тіло стає носієм сенсу, а форма – змінною, а не статичною категорією. Поняття тілесної метаморфози, де рух, поза і внутрішній стан утворюють символічний континуум, а етюд сприймається як процес, а не сюжет. Філософські підходи до зміни: Дельоз та Бадью – подія як зсув у площині можливого, боді-горор як приклад гіперболізованої тілесної трансформації, що викликає емоційний і сенсорний ефект, перебільшуючи межі людського тіла. Семіотика тіла: кожна зміна форми означає потенційний символ, який глядач може «читати» незалежно від сюжету; увага приділяється руховим «течіям» та поетичній логіці перетворень, що утворюють внутрішню драматургію фізичного театру. Студенти працюють із переходами між протилежними станами та формами: вправи включають повільні й швидкі трансформації (м’яке–жорстке, високе–низьке, широке–звужене), контрастні етюди у парі або індивідуально, де тіло початково «заморожене» і поступово «розкривається» у нову форму, а також індивідуальні етюди «образ – триґер – трансформація» тривалістю 1–2 хвилини, де кожен учасник відпрацьовує безперервну зміну станів, зберігаючи символічний зміст; очікуваний результат — розвиток чутливості до тілесної метаморфози та уміння керувати формою як носієм сенсу.

1. 7. Взаємодія тіл

Тіло як текст, який читається через стосунки та контакт: семіотика взаємодії демонструє, як рухи і пози створюють смислові ланцюги. Поверхні тіл і їхніх форм

утворюють «поверхневі ефекти», які можна інтерпретувати як взаємодію міфів як поєднання ідей Жиля Дельоза (Логіка сенсу) і Ролана Барта (Міфології). Вправи включають тілесний діалог, де один учасник утримує статичну форму, а інший реагує триґером, що запускає ланцюгову драматургію контакту. Концепт трюку як точки ризоми та глядацького осмислення. Очікуваний результат – здатність бачити відносини як пластичний процес, у якому тілесна взаємодія створює сенс. Студенти відпрацьовують тілесний діалог у парах, застосовуючи принципи, розглянуті на лекції: вправи на вагу, рівновагу, імпульс, де один учасник утримує статичну форму, а інший триґером запускає реакцію; петля взаємних перетворень, коли зміна одного тіла поступово викликає зміну іншого, формує динамічну ланцюгову драматургію; короткі етюди у парах тривалістю 1–2 хвилини, де студенти практикують читання сигналів і сенсу через тілесний контакт. Очікуваний результат – розвиток контактної взаємодії як основи сцени, здатність реагувати на триґери партнера і створювати спільний символічний простір.

1. 8. Робота з предметом

Предмет як подовження тіла, що не лише формує рух, а й несе смислове навантаження: філософські підходи Шиллера допомагають усвідомити об’єкт як естетичний та емоційний фокус, в історії кіно та театру – фетіш або талісман у сентиментальних і романтичних мелодрамах, що стає носієм почуттів. У фізичному театрі предмет виконує роль маски, триґера та символу одночасно, дозволяє тілу виходити за власні межі та створювати символічну композицію у просторі. Вправи включають роботу з предметом як продовженням руху, дослідження його імпульсу та взаємодії з партнером. Студенти досліджують предмет як активного учасника сцени та подієвої мережі (Bruno Latour). Короткі етюди з пакетом, тканиною, стільцем, де предмет стає тріґером і каталізатором змін; побудова композиції за схемою ситуація – триґер – трансформація, формує динаміку етюду; експерименти з рухом предмету як продовженням тіла або як незалежного агента у мережі подій. Очікуваний результат – "оживлення" предмету, його інтеграція в тілесну композицію та створення символічних смислів через взаємодію тіл і об’єктів.

Тема 2. Колективна пластика і семіотика взаємодії

Основні поняття/ключові слова: колективна пластика, групова ситуація, тілесний організм, архетипічні форми, групові статичні етюди, пластика стихій, пластика тварин, маска, композиція в просторі, безконтактний тілесний діалог, мережа подій, скульптурні етюди, сценічний трюк, семіотика взаємодії, взаємозалежність, символічний простір, ритм, центр тяжіння.

Рекомендована література:

основна: 1, 2, 4, 6, 8, 10, 12, 14, 16

додаткова: 3, 7, 13, 15

2. 1 . Колективна ситуація

Група розглядається як єдиний організм, що функціонує за принципами колективного розуму у природі – зграї риб і пташок, рої комах, де взаємодія окремих елементів створює цілісну структуру. У фізичному театрі колектив виступає як колективний оповідач (Brecht), а одне тіло стає продовженням іншого, формуючи динамічну семіотику взаємодії. Архетипічні образи (стіна, вежа, натовп) та принципи колективної пластики дозволяють студентам сприймати людей як «живі декорації», освоюючи досвід Бідного театру Гротовського. Очікуваний результат – розуміння групової композиції, взаємозалежності елементів та колективної динаміки.

2. 2. Групові статичні етюди

Студенти працюють над створенням колективних картин, де кожен учасник стає елементом єдиної структури взаємозв’язків, відчуваючи тіло як частину групового організму. Вправи включають розміщення у просторі за архетипічними формами (стіна, вежа, натовп), роботу з символікою положення тіла та відстаней, а також аналіз взаємозалежності учасників у композиції. Очікуваний результат – розвиток відчуття колективної форми, здатність підтримувати структуру та читати її семіотику.

2.3. Пластика стихій і тварин

Студенти досліджують рухові якості стихій (вода – плавність, текучість; вогонь – імпульсивність, вибуховість; земля – вага, стійкість; повітря – легкість, коливання) та тварин (кішка, собака, птах, комахи), відтворюючи їхні рухи та вагу, дихання, центр тяжіння. Потім ці якості трансформуються в людську пластику, поєднуючи стихійні й тваринні елементи у єдиному тілесному образі. Вправи включають короткі 1–2 хвилинні імпровізації з послідовною зміною стихій і тваринних характеристик, створюючи рухові ланцюги та розвиток тілесного різноманіття. Очікуваний результат — розуміння та застосування різних тілесних якостей для сценічної форми, гнучкість та пластичність тіла.

2. 4. Маска обличчя

Студенти працюють із нейтральною та «жорсткою» маскою обличчя, досліджуючи, як обмеження міміки впливає на рухову пластичність тіла. Вправи включають утримання статичних і динамічних поз із маскою, імпровізації з мінімальними змінами міміки, а також передачу емоцій і станів через тілесну експресію. Практика включає короткі етюди 1–2 хвилини, де "маска" стає продовженням тіла, а тіло компенсує обмежену міміку, створюючи змістовний тілесний образ. Очікуваний результат – усвідомлення взаємозв’язку маски й пластики, здатність посилювати образ через тілесність.

2. 5. Композиції в просторі

Студенти досліджують рівні простору – підлога, середній план, верх – та їхній вплив на сприйняття групового образу. Вправи включають створення колективних статичних картин, розташування тіл у просторі з урахуванням висоти, ваги та напрямку погляду, а також композиційне вирішення взаємозв'язків між учасниками. Практика передбачає короткі етюди 2–3 хвилини, де студенти формують символічні групові образи, відчувають динаміку статичних позицій і співвідношення частин та цілого. Очікуваний результат – розуміння просторової композиції та колективної взаємодії.

2. 6. Тілесний діалог (безконтактний)

Студенти працюють над безконтактною взаємодією, досліджуючи принцип: «якщо одне тіло міняється – всі реагують». Вправи включають ланцюгові реакції, синхронізацію та динамічне налаштування на рухи партнерів, зміни темпу та ритму, контрастні переходи від повільного до швидкого руху. Короткі етюди 2–3 хвилини тренують тілесну чутливість, координацію групи та здатність створювати спільний руховий процес без фізичного контакту. Очікуваний результат – усвідомлення колективного руху та взаємодії як джерела сценічного сенсу.

2.7. Мережа подій

Студенти досліджують ланцюгову реакцію між трьома-чотирма тілами, де зміни одного елемента впливають на всю групу. Вправи включають поступові етюди на взаємозалежність, імпровізації з «вагітними триґерами», перехід від статичної ситуації до динамічної трансформації, а також роботу з ритмом і просторовими взаємозв'язками. Практика розвиває здатність відчувати колективну реакцію та взаємопроникнення дій, формує усвідомлення групового «тексту» і потенційної події. Очікуваний результат – розуміння ситуації як мережі взаємопов'язаних тілесних подій.

2.8. Скульптурні етюди

Студенти працюють над створенням символічної скульптури з тіл однокурсників, де один учасник «ліпить» інших, визначає пози, взаємозв'язки та просторові відстані. Вправи включають імпровізаційне формування статичних і динамічних образів, використання контрастних форм і рівнів, а також експерименти з тріґерами для виклику трансформацій у груповій структурі. Практика розвиває відчуття простору, ваги, балансу та символічного значення тіла у колективі. Очікуваний результат – здатність створювати пластичні композиції як носії смислу.

Тема 3. Робота над колективним етюдом і сценічною композицією

Основні поняття/ключові слова: колективний етюд, інтеграція, статична ситуація, триґер, трансформація, робота з предметами, тілесний діалог, музика,

тиша, групова композиція, імпровізація, фінальна сцена, символіка, ритм, синхронізація, взаємодія тіл, цілісність форми, прогони, генеральна репетиція.

Рекомендована література:

основна: 1, 2, 4, 10, 11, 12, 14, 15, 16

додаткова: 3, 7, 8, 13

3. 1. Розвиток колективного етюду.

Студенти інтегрують статичну ситуацію, триґер та трансформацію у спільний етюд, починаючи з індивідуальних та парних наробок і поетапно об'єднуючи їх у колективну композицію. Вправи включають поступове формування групової структури, взаємодію тіл, роботу з просторовими рівнями та символічними образами, а також пошук триґерів, які ініціюють перетворення групи. Практика формує усвідомлення колективного процесу та динаміки взаємозалежних подій. Очікуваний результат – перший комплексний матеріал для подальшої роботи над етюдом.

3.2. Робота з музикою та тишею

Студенти виконують етюди без тексту, фокусуючись на ритмічних, акустичних та паузових ефектах. Вправи включають імітацію та відповідь на музичні ритми, роботу з тишею як простором для напруги, дослідження монотонності та контрастів у русі, а також експерименти з груповим синхронним та асинхронним виконанням. Практика розвиває усвідомлення ритму, слухової взаємодії та пластичної чутливості, дозволяє тілесно «озвучувати» ситуацію. Очікуваний результат — здатність використовувати звук і тишу як інструменти формотворення та символізації.

3.3. Розвиток колективного етюду.

Студенти продовжують роботу над колективним етюдом, інтегруючи танцювальні елементи та пластичні варіації руху для посилення динаміки групової композиції. Вправи включають перетворення статичних форм у рухомі, взаємодію тіл через імпульси та контакт із предметами (пакети, тканина, стілець) як триґери для трансформації. Практика розвиває координацію, чутливість до партнера та простору, розуміння символічної ролі предметів у груповій композиції. Очікуваний результат – збагачений матеріал колективного етюду, готовий до подальшого фінального оформлення.

3. 4. Групова імпровізація

Студенти виконують відкриті імпровізаційні етюди в групі, експериментуючи з новими триґерами, імпульсами та взаємодією тіл. Вправи включають ланцюгові реакції, безконтактні впливи, варіації темпу та ритму, експерименти з предметами та просторовими рівнями. Особлива увага приділяється пошуку альтернативних

шляхів трансформації ситуації та варіантів розвитку фінальної композиції. Очікуваний результат – здатність швидко реагувати на зміни, створювати непередбачувані зв’язки та розвивати колективну сценічну уяву.

3. 5. Робота над фіналом

Студенти відпрацьовують завершальні сцени колективного етюду, зосереджуючись на падінні тіл, ляганні поруч та органічному поєднанні індивідуальних та групових композиційних елементів. Вправи включають контроль ваги, точок опори, синхронізацію рухів, формування фінальної «замороженої» або плавно трансформованої ситуації, а також роботу з просторовими рівнями і ритмом фінальної сцени. Очікуваний результат – цілісна фінальна композиція, що поєднує символіку, взаємодію тіл та динаміку групи.

3. 6. Цілісність композиції

Студенти повторюють та інтегрують усі етапи колективного етюду: статичну ситуацію, триґер, трансформацію, роботу з предметами та тілесний діалог. Вправи включають поетапне з’єднання індивідуальних, парних і групових матеріалів, відпрацювання ритму та синхронізації рухів, баланс між структурованою композицією та імпровізаційними моментами, а також аналіз цілісності форми та символічного змісту. Очікуваний результат – усвідомлення цілісної пластичної структури та здатність підтримувати її в динаміці вистави.

3. 7. Прогони

Студенти виконують повні прогінні етюди або сегменти колективного матеріалу, відпрацьовують синхронізацію, ритм, взаємодію тіл і предметів, а також внутрішню презентацію кожного учасника в груповій композиції. Вправи включають аналіз сцени, пошук слабких місць, редагування рухів, позицій і переходів, роботу з ритмом та паузами, щоб досягти гармонії між індивідуальним та колективним вираженням. Очікуваний результат – підготовка до фінальної репетиції та усвідомлення деталей пластичної композиції

3. 8. Генеральна репетиція та фінальний показ

Студенти виконують повну композицію колективного етюду з усіма інтегрованими елементами – статична ситуація, триґери, трансформації, робота з предметами, тілесний діалог, музика та тиша. Додається реакція публіки та елементи вистави, що дозволяє перевірити читабельність символіки, ритму та взаємодії тіл. Після показу проводиться обговорення, де аналізуються сильні та слабкі сторони, відчуття символічних та емоційних пластів, можливі покращення. Очікуваний результат — усвідомлення завершеного колективного пластичного твору та здатність його презентувати аудиторії.

Тема 4. Пластичний образ і засоби невербальної комунікації у фізичному театрі

Основні поняття/ключові слова: пластичний образ, невербальна комунікація, тілесна виразність, міміка, жест, поза, тілесний імпульс, характер руху, пластичний портрет, емоційний стан, психологічна характеристика персонажа, моторика, темпоритм, динаміка руху, просторові відносини, дистанція, тілесний діалог, імпровізація, трансформація образу, сценічна виразність, фізична дія, символіка руху.

Рекомендована література:

основна: 1, 2, 4, 10, 11, 12, 14, 15, 16

додаткова: 3, 7, 8, 13

4.1. Основи пластичного образу

Студенти досліджують принципи створення пластичного образу засобами фізичного театру, визначають взаємозв'язок між внутрішнім станом персонажа та його зовнішнім тілесним проявом. Практичні вправи включають роботу з положенням тіла, поставою, характером ходи, жестами, мімікою та просторовим розташуванням, а також пошук індивідуальних особливостей пластичної поведінки персонажа. Студенти експериментують із різними способами фізичного вираження емоцій, намірів і психологічних станів без використання словесного тексту. Практика формує усвідомлення тіла як основного інструменту сценічної виразності. Очікуваний результат — здатність створювати виразний пластичний образ за допомогою фізичних характеристик і невербальних засобів комунікації.

4.2. Жест, міміка та поза як засоби невербальної комунікації

Студенти досліджують можливості жесту, міміки та пози у передаванні емоцій, намірів, взаємин і конфліктів між персонажами. Вправи включають відтворення різних емоційних станів за допомогою мінімальних тілесних змін, зіставлення відкритих і закритих поз, дослідження значення погляду, напрямку руху та характеру жесту. Особлива увага приділяється здатності передавати інформацію без слів і розпізнавати невербальні сигнали партнерів. Практика розвиває точність тілесного вираження, спостережливість і чутливість до невербальної поведінки. Очікуваний результат — уміння свідомо використовувати жести, міміку та пози для створення сценічного змісту й побудови невербальної взаємодії.

4.3. Пластичне вираження емоцій і психологічних станів

Студенти працюють над фізичним втіленням різних емоційних і психологічних станів: страху, радості, тривоги, самотності, агресії, невпевненості, очікування та внутрішнього конфлікту. Практичні вправи передбачають пошук характерних тілесних імпульсів, зміну м'язового тонусу, темпу, ритму, амплітуди та спрямованості руху. Студенти досліджують, як один і той самий психологічний

стан може проявлятися через різні пластичні рішення, а також як зміна фізичної дії впливає на сприйняття образу глядачем. Практика сприяє розвитку тілесної усвідомленості, емоційної виразності та здатності до фізичного перевтілення. Очікуваний результат — уміння передавати складні емоційні стани через пластику, створювати переконливі тілесні характеристики персонажа та розкривати його внутрішній світ без словесного пояснення.

4.4. Створення пластичного портрета персонажа

Студенти розробляють індивідуальний пластичний портрет персонажа, визначаючи його фізичні особливості, характерні рухи, поставу, ходу, жести, міміку та спосіб взаємодії з простором. Вправи включають спостереження за поведінкою людей, дослідження різних типів моторики, трансформацію звичних рухових моделей і створення індивідуального пластичного малюнка персонажа. Студенти експериментують із контрастами між зовнішньою поведінкою та внутрішнім станом, зміною темпоритму й характеру рухів залежно від сценічних обставин. Практика розвиває спостережливість, акторську уяву та здатність до цілеспрямованого фізичного перевтілення. Очікуваний результат — сформований пластичний портрет персонажа, у якому фізичні характеристики, емоційний стан і характер поведінки утворюють цілісний сценічний образ.

4.5. Невербальна взаємодія та тілесний діалог

Студенти досліджують способи побудови сценічної взаємодії без використання слів, використовуючи погляд, жести, дистанцію, напрямок руху, тілесні імпульси та зміну просторових відносин. Практичні вправи включають діалог між двома персонажами за допомогою рухів, передачу ініціативи від одного виконавця до іншого, відтворення ситуацій домінування й підпорядкування, наближення та віддалення, довіри й відчуження. Студенти також працюють із принципами наслідування, контрасту, повторення та тілесної відповіді на імпульс партнера. Практика формує здатність слухати партнера тілом, підтримувати сценічний контакт і створювати змістовні взаємини через фізичну дію. Очікуваний результат — уміння будувати виразний тілесний діалог, передавати розвиток сценічних взаємин і формувати драматургію невербальної взаємодії.

4.6. Трансформація пластичного образу

Студенти досліджують способи трансформації пластичного образу залежно від зміни обставин, емоційного стану, взаємодії з партнером або впливу зовнішнього імпульсу. Практичні вправи передбачають поступову зміну постави, характеру ходи, м’язового тонусу, темпоритму, амплітуди рухів і просторової поведінки персонажа. Студенти працюють із контрастними фізичними станами, переходами від скутості до свободи руху, від пасивності до активної дії, від індивідуального рухового малюнка до нового способу тілесного існування. Особлива увага

приділяється логіці трансформації та збереженню внутрішньої переконливості образу. Практика розвиває пластичну гнучкість, здатність до фізичного перевтілення й пошуку різноманітних засобів сценічного вираження. Очікуваний результат — здатність створювати послідовні та виразні пластичні трансформації, які відображають розвиток персонажа й зміну його внутрішнього стану.

4.7. Створення та відпрацювання пластичного етюду
Студенти створюють індивідуальні або парні пластичні етюди, у яких характер персонажа, емоційний стан і розвиток сценічної ситуації розкриваються переважно через невербальну комунікацію. Робота включає визначення вихідної ситуації, формування пластичного образу, пошук основних фізичних дій, розробку взаємодії між персонажами та визначення кульмінаційного моменту й завершення етюду. Студенти експериментують із темпоритмом, паузами, повтореннями, контрастами, просторовими рівнями та використанням предметів як засобів додаткової характеристики образу. Під час репетицій аналізуються зрозумілість сценічної дії, послідовність пластичних рішень, виразність образу та точність невербальних сигналів. Очікуваний результат — підготовлений пластичний етюд із чіткою композицією, виразними персонажами та зрозумілою глядачеві невербальною драматургією.

4.8. Презентація та аналіз пластичного етюду
Студенти презентують завершені пластичні етюди, демонструючи вміння створювати сценічні образи та передавати зміст за допомогою тілесної виразності, жестів, міміки, пози, темпоритму й просторової взаємодії. Після показу проводиться обговорення, під час якого аналізуються переконливість пластичних характеристик персонажів, точність невербальної комунікації, логіка фізичних дій і зрозумілість сценічного змісту для глядача. Студенти оцінюють власні роботи та роботи одногрупників, визначають сильні сторони й аспекти, що потребують удосконалення, обґрунтовують використані пластичні рішення та пропонують способи їхнього розвитку. Практика формує навички сценічної самопрезентації, критичного аналізу й рефлексії власної творчої діяльності. Очікуваний результат — здатність презентувати завершений пластичний етюд, аналізувати ефективність невербальних засобів виразності та аргументовано оцінювати художню цілісність сценічного образу.

5. Методи навчання

1. Методи організації та здійснення навчально-пізнавальної діяльності:
- словесні: інструктаж, пояснення завдання, колективне обговорення результатів;
- наочні: демонстрація рухів викладачем, показ відеоматеріалів (уривки вистав, тренінги майстрів фізичного театру);

- практичні: тілесні вправи, тренінги на увагу та концентрацію, робота з простором і предметами, етюдна робота, імпровізація, групові пластичні композиції.

2. Методи стимулювання й мотивації навчання:

- проблемно-пошукові: завдання на створення етюду чи композиції без готового сценарію;
- ігрові та тренінгові: колективні ігри на довіру, увагу, синхронізацію рухів;
- дискусійні: рефлексія після виконання вправи, аналіз символіки рухів і колективних дій.

3. Методи контролю та самоконтролю:

- спостереження і зворотний зв'язок (викладач і студенти аналізують якість виконання вправи);
- самоаналіз, відеозапис власних етюдів із подальшим переглядом;
- колективна рефлексія (обговорення, як рухи «читаються» іншими, які сенси вони викликають).

Технічні засоби навчання:

- навчальна аудиторія, репетиційний простір із вільним доступом до руху);
- дзеркала та відеозапис (для самоконтролю та аналізу виконання);
- музичне обладнання;
- предмети для етюдів;
- відеоматеріали.

6. Завдання для практичної роботи та критерії оцінювання

Тема	Завдання	Форма подання	Максимальна кількість балів
Тема 1. Основи фізичного театру та пластичної виразності	- скласти міні-глосарій (5–7 термінів) із теми (заморожений образ, триґер, трансформація, тілесний діалог, семіотика руху тощо) з коротким поясненням. - створити 3 статичні «заморожені образи» (приклади: очікування, ізоляція, зіткнення); - міні-етюд: розробити коротку замальовку (1 хв) за схемою «образ – триґер – трансформація» і описати її в кількох реченнях; - аналіз прикладу з мистецтва: знайти сцену з театру чи кіно, де предмет стає ключовим символом (наприклад, маска, стілець, тканина), і письмово відповісти на запитання: Яку функцію виконує предмет у цьому епізоді?	демонстрація, тези.	25
Тема 2. Колективна пластика і семіотика взаємодії	- спостереження й аналіз: у публічному місці (вулиця, транспорт, кафе) зафіксувати приклади «колективних ситуацій» (натовп, черга, група людей у спільній дії). Описати у 5–7 реченнях, як ця група функціонує як єдиний організм, які «архетипічні форми» можна впізнати (стіна, вежа, рух потоку тощо); - придумати і описати коротку сцену (1 хв), у якій 3–4 особи утворюють груповий образ –	демонстрація, тези	25

	триґер – трансформацію. Наприклад: група стоїть «стіною», один змінює позу → змінюється уся композиція; - виконати імпровізацію «пластика стихії» (обрати 1 стихію: вода, вогонь, земля чи повітря) і коротко описати тілесні якості, які вдалося відчути; - обрати одну «тварину» й у 3–4 реченнях пояснити, як ця моторика вплинула на тілесність, визначити закономірність моторики; - аналіз прикладу з мистецтва: знайти сцену з театру чи кіно, де група людей створює символічний образ (наприклад, масові сцени. Написати короткий аналіз (до 10 речень): який колективний образ створено, як він впливає на глядача, який сенс уособлює?		
Тема 3. Робота над колективним етюдом і сценічною композицією	- письмовий опис власного етюду, схема етюду, що містить послідовність статична ситуація → триґер → трансформація → фінал. Семіограма та символічний сенс; - робота з музикою і тишею (індивідуально): виконати коротку рухову імпровізацію під обрану музику (будь-який жанр) та другу — у повній тиші. У письмовому вигляді зафіксувати: чим відрізнялися внутрішні відчуття та ритм руху; - ескіз фінальної сцени: придумати і замалювати або описати словами варіант фінальної композиції з 3–4 учасників (наприклад: падіння в одну точку, поступове завмирання, створення єдиного символічного образу). У 3–4 реченнях пояснити, який емоційний ефект має цей фінал.	демонстрація, тези	25
Тема 4. Пластичний образ і засоби невербальної комунікації у фізичному театрі	- спостереження й аналіз: обрати ситуацію з повсякденного життя та описати, як люди передають емоції, наміри й ставлення за допомогою жестів, міміки, пози та рухів тіла. У 5–7 реченнях визначити, які невербальні сигнали є ключовими для розуміння ситуації; - створення пластичного образу: обрати емоцію або психологічний стан (страх, радість, тривога, самотність, очікування) та створити коротку пластичну композицію тривалістю 30–60 секунд, використовуючи лише рухи тіла, міміку й пози. Описати, які засоби пластичної виразності допомогли передати обраний стан; - імпровізація «Тіло як голос»: виконати етюд без використання слів, у якому за допомогою жестів, рухів, зміни темпу, ритму й дистанції між виконавцями необхідно передати певне повідомлення або ситуацію. Коротко проаналізувати, які засоби невербальної комунікації виявилися найефективнішими; - дослідження тілесної трансформації: обрати персонажа з певними фізичними або психологічними характеристиками (невпевненість, владність, виснаження, цікавість) і розробити його пластичний портрет. У 3–4 реченнях описати особливості ходи, постави,	демонстрація, тези	25

	жестів, положення голови та характеру рухів, які формують індивідуальність образу; - аналіз прикладу з мистецтва: знайти сцену з театральної вистави або кінофільму, у якій характер персонажа чи розвиток конфлікту розкривається переважно через пластику й невербальну комунікацію. Написати короткий аналіз (до 10 речень), визначивши, які тілесні засоби використано, як вони впливають на сприйняття персонажа та який художній зміст передають.		

Критерії оцінювання практичної роботи:

Критерії оцінювання	**Кількість балів**
Виконано всі завдання, поставлені викладачем (практичні). Якісна робота з літературою: правильне використання термінології, вміння пов'язати джерела з практикою. Послідовний виклад думок, чітка аргументація, вміння пояснити власні рішення. Високий рівень виконання практичних завдань: етюди структуровані, виразні, демонструють оригінальність і глибину. Повне врахування попередніх рекомендацій викладача. Виявлено лідерські навички в організації групової роботи, активність у взаємодії з партнерами.	25–21
Завдання виконані частково або з помилками. Робота з літературою поверхова: використання термінів неточне, зв'язок теорії з практикою слабкий. Виклад матеріалу непослідовний, бракує логіки у формулюванні висновків. Практичні завдання виконані на базовому рівні: етюди прості, недостатньо структуровані або непереконливі. Рекомендації викладача враховано частково. Взаємодія з партнерами слабка: виникають труднощі у груповій роботі, відсутня ініціатива.	20-16
Завдання не виконані або виконані із значним запізненням. Відсутня робота з літературними джерелами та термінологією. Теоретична частина відсутня або виконана формально. Практичні завдання не виконані, етюди відсутні або не відповідають поставленій темі. Відсутня організація власного робочого процесу, немає взаємодії з партнерами по групі.	15-11
Виконано лише частину практичних завдань, допущено численні помилки або порушено встановлені терміни виконання. Робота з літературними джерелами фрагментарна, використання професійної термінології неточне. Виклад думок недостатньо послідовний, аргументація власних рішень слабка. Практичні завдання виконані на низькому рівні: етюди недостатньо структуровані, мають обмежену виразність, не повністю відповідають поставленим вимогам. Рекомендації викладача враховано незначною мірою. Взаємодія з партнерами у груповій роботі епізодична, ініціативність та організаційні навички розвинені недостатньо.	10-6
Практичні завдання переважно не виконані або їхні результати не відповідають поставленим вимогам. Робота з літературними джерелами відсутня або не демонструє розуміння основних понять і професійної термінології. Виклад думок неструктурований, аргументація власних рішень відсутня. Практичні роботи та етюди не представлені або виконані на рівні, що не дає змоги оцінити сформованість необхідних професійних умінь. Рекомендації викладача не враховано. Самостійна організація роботи відсутня, участь у груповій взаємодії мінімальна або відсутня.	5-0

Відповідно до Положення про порядок визнання результатів навчання, здобутих у процесі формальної, неформальної та/або інформальної освіти

Університету, здобувач має право зарахувати результати навчання, якщо вони підтверджені офіційними документами (дипломом, сертифікатом, свідоцтвом тощо). Це можуть бути результати, отримані під час участі в онлайн чи очних курсах, програмах обміну, конференціях, тренінгах, семінарах, лекціях, майстер-класах, літніх чи зимових школах, бізнес-школах, стажуваннях та інших освітніх заходах.

У межах цієї дисципліни здобувач може подати документи для визнання результатів неформальної освіти за окремими темами. Якщо такі результати підтверджені сертифікатом чи іншим документом, вони зараховуються як виконання завдань для самостійної роботи.

Освітні курси, за проходження яких можна отримати перезарахування, знаходяться на платформах:

- Prometheus
- EdEra
- Coursera

7. Форми проведення контролю та критерії оцінювання

Оцінювання рівня знань здобувачів включає поточний і підсумковий контроль. Поточний контроль має на меті оцінити роботу здобувачів за всіма видами аудиторної роботи (практичні, семінарські заняття) та відображає поточні навчальні досягнення здобувачів в освоєнні програмного матеріалу дисципліни. Підсумковий (семестровий) контроль є інтегрованою оцінкою засвоєння знань здобувачів у вигляді семестрового заліку.

При викладанні дисципліни використовуються такі методи контролю:

поточний контроль* (*ПК) - включає диференційований та об'єктивний облік результатів освітньої діяльності здобувачів щодо засвоєння теоретичних знань (усне опитування, обговорення проблемних питань тощо) та уміння практичного вирішення завдань на практичних заняттях та під час самостійної роботи здобувачів. Поточний контроль передбачає максимально - 100 балів;

підсумковий семестровий контроль* (*ПСК) – залік.

8. Розподіл балів, які отримують студенти

2 курс / 3семестр:

За результатами поточного контролю та самостійна роботи				**Сума балів**
Т 1	**Т2**	**Т3**	**Т4**	
25	**25**	**25**	**25**	**100**

Шкала відповідності оцінок

Оцінка за стобальною шкалою	**Оцінка за шкалою ECTS**	**Значення оцінки**	**Рівень компетентності**

90 – 100	**A**	**Відмінно** – відмінний рівень знань (умінь) в межах обов'язкового матеріалу з можливими незначними недоліками	Високий (творчий)
82 – 89	**B**	**Дуже добре** – достатньо високий рівень знань (умінь) в межах обов'язкового матеріалу без суттєвих (грубих) помилок	Достатній (конструктивно-варіативний)
74 – 81	**C**	**Добре** – в цілому добрий рівень знань (умінь) з незначною кількістю помилок	
64 – 73	**D**	**Задовільно** – посередній рівень знань (умінь) із значною кількістю недоліків, достатній для подальшого навчання або професійної діяльності	Середній (репродуктивний)
60 – 63	**E**	**Достатньо** – мінімально можливий допустимий рівень знань (умінь)	
35 – 59	**FX**	**Незадовільно з можливістю повторного складання** – незадовільний рівень знань, з можливістю повторного перескладання за умови належного самостійного доопрацювання	Низький (рецептивно-продуктивний)
0 – 34	**F**	**Незадовільно з обов'язковим повторним вивченням курсу** – досить низький рівень знань (умінь), що вимагає повторного вивчення дисципліни	

9. Рекомендована література

1. Барба Е. Паперове каное. Львів : Літопис, 2001. 288 с.
2. Неупокоєв Р. Сценічний трюк як інструмент створення глядацького враження. Науковий вісник КНУТКіТ, вип. 35. Київ, 2024. С 28 - 34.
3. Шиллер Ф. Листи про естетичне виховання людини. Київ : Основи, 1996. 192 с.
4. Appia A. Music and the Art of Theatre. Miami : University of Miami Press, 1962. 172 p.
5. Barba E. The Paper Canoe: A Guide to Theatre Anthropology. London : Routledge, 1995. 184 p.
6. Barba E. The Five Continents of Theatre. London : Routledge, 2016. 424 p.
7. Barthes R. Mythologies. Paris : Éditions du Seuil, 1957. 214 p.
8. Badiou A. Being and Event. London : Continuum, 2005. 531 p.
9. Brecht B. Theatre for Pleasure and Theatre for Instruction. London : Methuen, 1964. 123 p.
10. Brook P. The Empty Space. London : Penguin, 1968. 141 p.
11. Decroux É. Words on Mime. London : Methuen, 1985. 220 p.
12. Deleuze G. Logic of Sense. London : Athlone Press, 1990. 396 p.
13. Elam K. The Semiotics of Theatre and Drama. London : Routledge, 1980. 256 p.
14. Grotowski J. Towards a Poor Theatre. London : Methuen, 1968. 256 p.
15. Latour B. Reassembling the Social: An Introduction to Actor-Network-Theory. Oxford : Oxford University Press, 2005. 301 p.
16. Lecoq J. The Moving Body: Teaching Creative Theatre. London : Methuen, 2000. 200 p.
17. Schechner R. Performance Theory. London : Routledge, 1988. 432 p.

18. Zarrilli P. Psychophysical Acting: An Intercultural Approach after Stanislavski. London : Routledge, 2009. 367 p.